

داخل العدد :

الكشافة

سلسلة رياضية جديدة

• عالم السباحة

العدد ٦٨٧ - ٢٠ يونيه ١٩٧٤

الثمن ٤٠ مليما

ميكي

مجلة أسبوعية
تصدر عن مؤسسة
دار الهلال

رئيس مجلس الإدارة
فكرى أباظة

نائب رئيس مجلس الإدارة
صالح جودت

رئيسة التحرير
عفت ناصر

مديرة التحرير
رجاء عبد الناصر

سكرتير التحرير
اسكندر الياس

الاشتراكات

قيمة الاشتراك السنوى ـ ٥٢ عددا ـ فى جمهورية مصر العربية وبلاد اتحادى البريد العربى والافريقى ٢٠٠ قرش صاغ فى سائر أنحاء العالم ٣٫٥٠ جنيه استرلينى أو ٧ دولارات . والقيمة تسدد مقدما لقسم الاشتراكات بدار الهلال ـ فى جمهورية مصر العربية والسودان بحوالة بريدية ـ فى الخارج بشيك مصرفى لأمر مؤسسة دار الهلال . والأسعار الموضحة أعلاه بالبريد العادى وتضاف رسوم البريد الجوى والمسجل على الأسعار عند الطلب

Mickey No. 687-20.6.74

بريد القراء

فوازير

● امشى جانبك ، وفوقك .. ولا تستطيع لمسى .. أو رؤيتى .. فمن أنا ؟

● اسهر معك .. وبجانبك .. تنزل دموعى غزيرة .. ودائما أشاركك فى عيد ميلادك .. هل تعرفنى ؟

● ميناء لا ترسو فيه السفن .. ينتشر فى كل أرجاء العالم .. يحمله كل الناس .. فهل تعرفه ؟

صادق نعمان لطيف ـ اليمن

مسابقة الكلمات المتقاطعة



نهنىء الفائزين فى مسابقة الكلمات المتقاطعة المنشورة هذا الأسبوع .. الفائزة الأولى : عايدة على ابراهيم ـ عدن ـ وفازت بمجلد ميكى . ـ كما فاز الصديق : حسام الدين سيد حافظ ـ القاهرة بثلاث قصص ـ وفازت الصديقة تهانى عبد المجيد بدر ـ السيدة زينب ، بقصتين . والصديق محمد ابراهيم مؤمن ـ عدن ـ فاز بقصة . كما فاز كل من الصديقين : خالد محمد كمال ـ طرابلس ، وعصام جاد محمد ـ حدائق القبة . بمجموعة طوابع .

افقيا : ١ ـ نوع من القرود ـ ٢ ـ رسام « مبعثرة » ـ ٣ ـ بمعنى « قصاص » ـ ٤ ـ ثلثا كلمة « سار » ـ ٥ ـ أخ الاب ـ رمل مبعثرة ـ ٦ ـ نقنق .

راسيا : ١ ـ عكس جنة ـ ٢ ـ بمعنى ارتفع وعلا ـ حرف جر ـ ٣ ـ جمع نسر ـ ٤ ـ أشاهد ـ حرفان متشابهان ـ ٥ ـ عكس علن ـ ٦ ـ جمع « جمل »

الفائزون السعداء فى مسابقة الغلط فين ؟



كان يوم توزيع جوائز مسابقة ميكى « الغلط فين » مهرجانا محببا الى نفوس أسرة تحرير المجلة ، كان اللقاء فى حد ذاته تحية .. تحية تقدير من ميكى للأصدقاء الذين أسعدهم الحظ وفازوا ، وتحية لكل الأصدقاء الذين شاركوا فى الإجابة ولم يسعدهم الحظ بالفوز .. وميكى يتمنى لهم الفوز فى المسابقات المقبلة .













من الجانى ؟ وما هو الدليل ؟ أنظر إلى الصور وفكر جيدا .. وإذا لم تعرف الحل فانظر صفحة ٢٧

الأمير والصعلوك





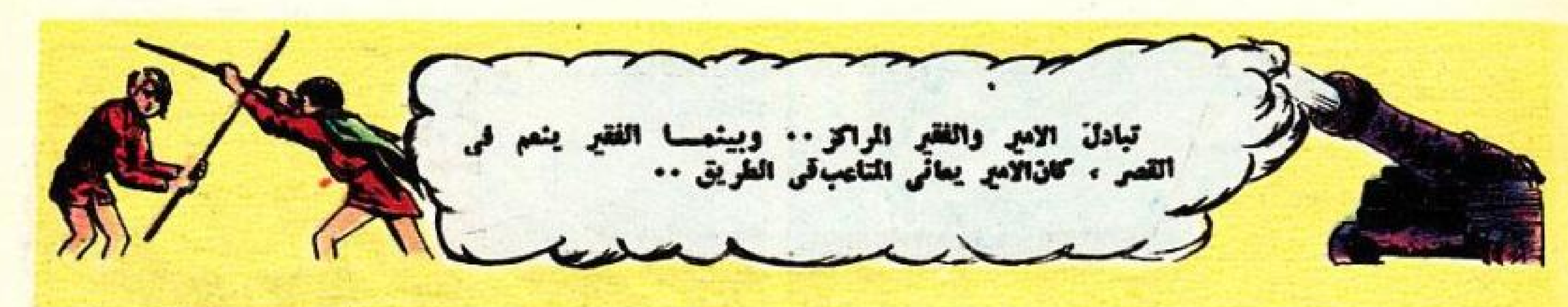









حنان جمال الدين ـ من أصدقاء ميكى












اشرف جمال الدين ـ من اصدقاء ميكى


أعدك .. أن أرد لك حقوقك !!
شكرا يا صاحب الجلالة .. والآن نم قليلا .. فأنت متعب !


إنه يتصرف تصرف الملوك ، سوف أشترى له ملابس مناسبة بدلا من هذه الملابس القديمة !


وبعد أن غادر "مايلز" المكان ، يدخل ولد غريب ..
سيدى .. صديقك يريدك أن تقابله عند الطرف الجنوبي للكوبرى !
هل سير "مايلز" فى خطر ؟!


وبعد ذلك ..
من أنت ؟! إبتعد عنى !
هل تنكرى من الاتقان بحيث جعلك لا تعرف والدك ؟


أصبح إسمى "جون هوبز" ، وأنت "جاك".
أنا الملك .. وسوف أعاقبك !
إياك أن تنسى !


هيه .. ماذا تريد من هذا الغلام ؟
لا تتدخل .. وإلا كسرت رأسك !











البقية الخميس القادم

للمراسلة : هالة حسن - الاسكندرية - ٣٩ شارع ابراهيم صدقى

الميعاد !

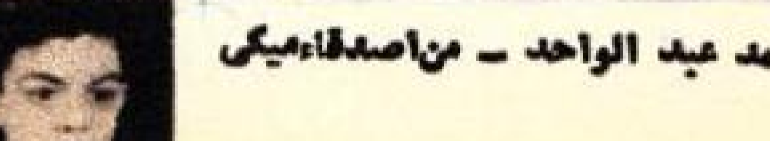
حاضر يا «ميمى».. ح امرّ عليك بكرة الساعة ٩ وحنقضى
اليوم كله على البحر !!









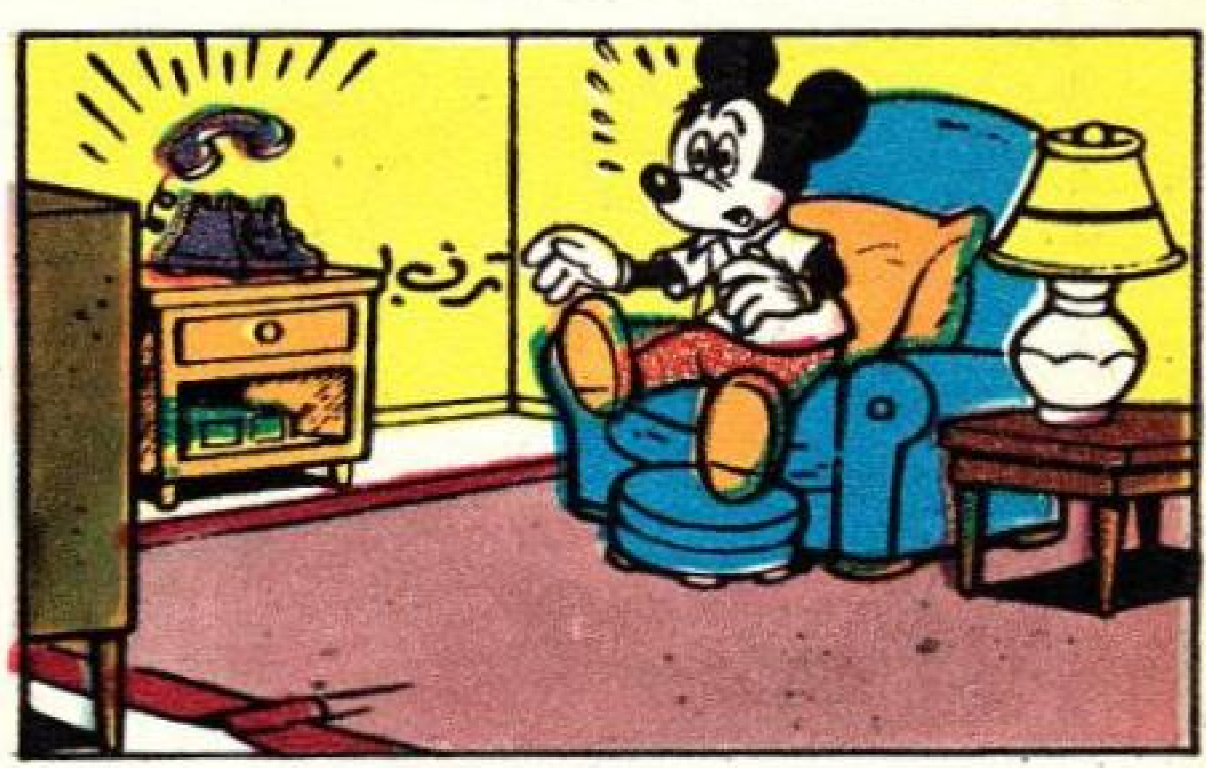

محمد احمد عبد الواحد ـ من اصدقاء ميكى


















فرنسا احمد ـ من اصدقاء ميكى





مش معقول يا ميمى !
والأكل ح اكله لوحدى ؟



أنا آسف يا ميمى .. أصل اتفرجت على سهرتنا الليلة .. وراحت علىّ نومة ، إيه رأيك نروح الشاطئ بكره ؟



آه .. لكن إذا اتأخرت بكره مش ح اروح معاك أى مكان تانى !



وفى تلك الليلة ..
إذا ماكانش ده ح يصحينى يبقى ما فيش حاجة ممكن تصحينى !



وفى صباح اليوم التالى .. عندما تستيقظ الشمس و الطيور ..

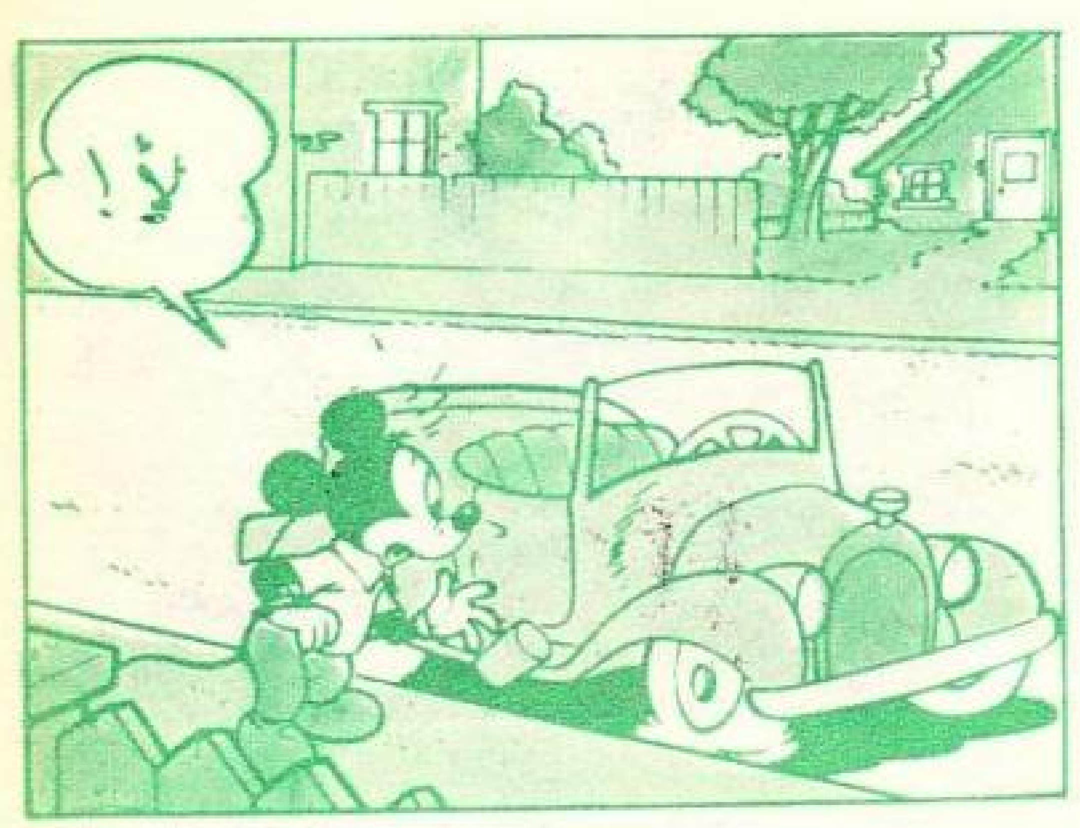


طش !



لحسن الحظ إنى جهزت كل حاجة امبارح !
حليب

















للمراسلة : حسن عبد العباس حنتوش ـ العراق ـ النجف الاشرف ـ الحي الصناعي ـ الفرع الثاني



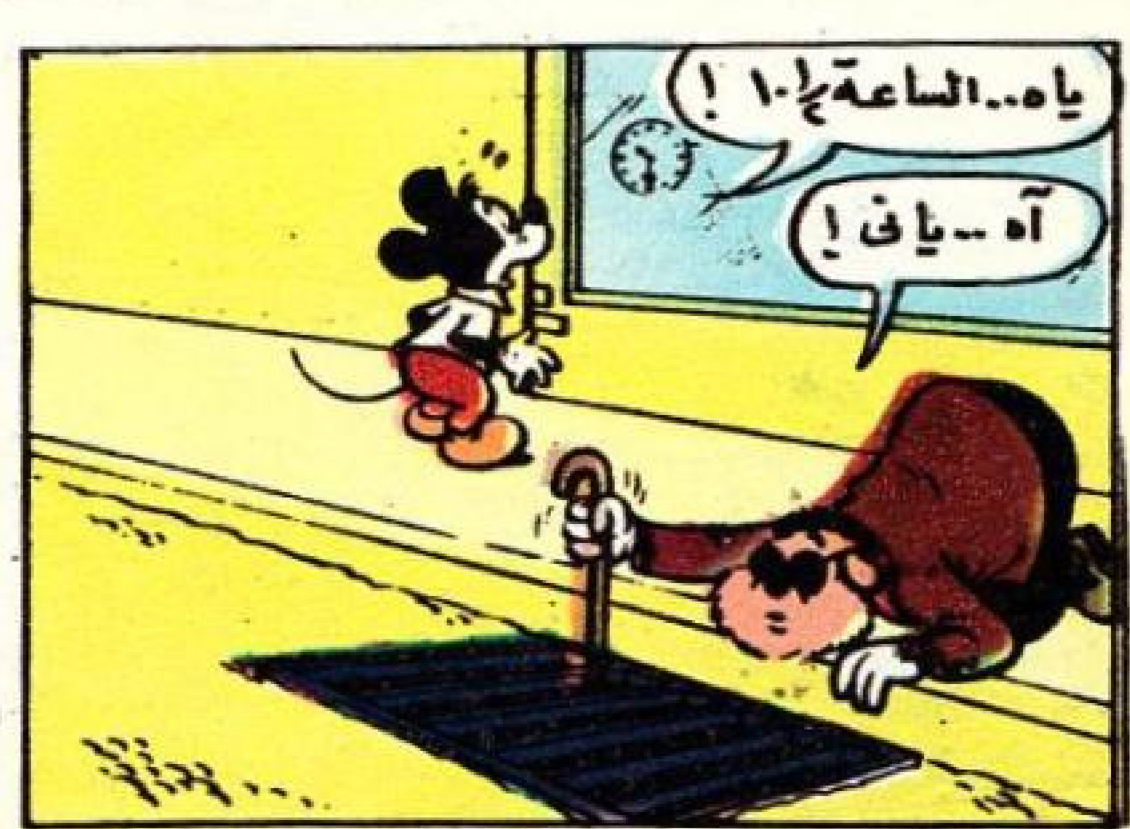
















مصطفى ابو العلا — من اصدقاء ميكى





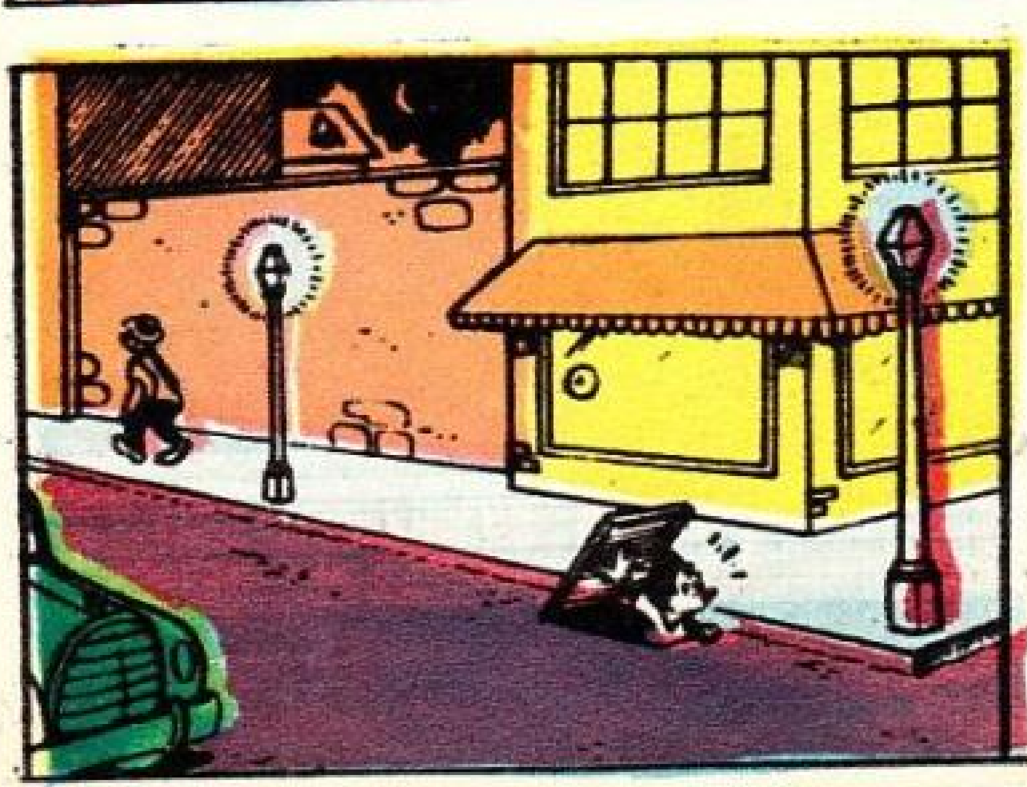


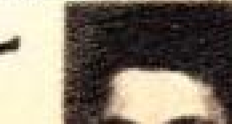










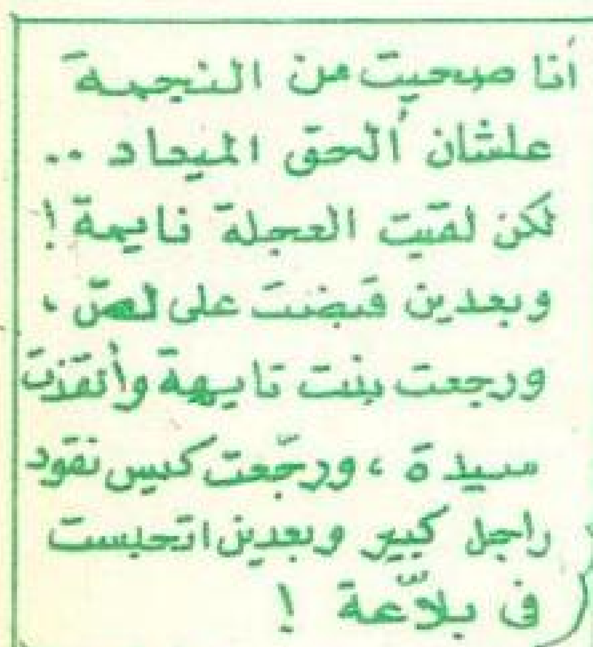


سعد عبد القادر – من اصدقاء ميكى









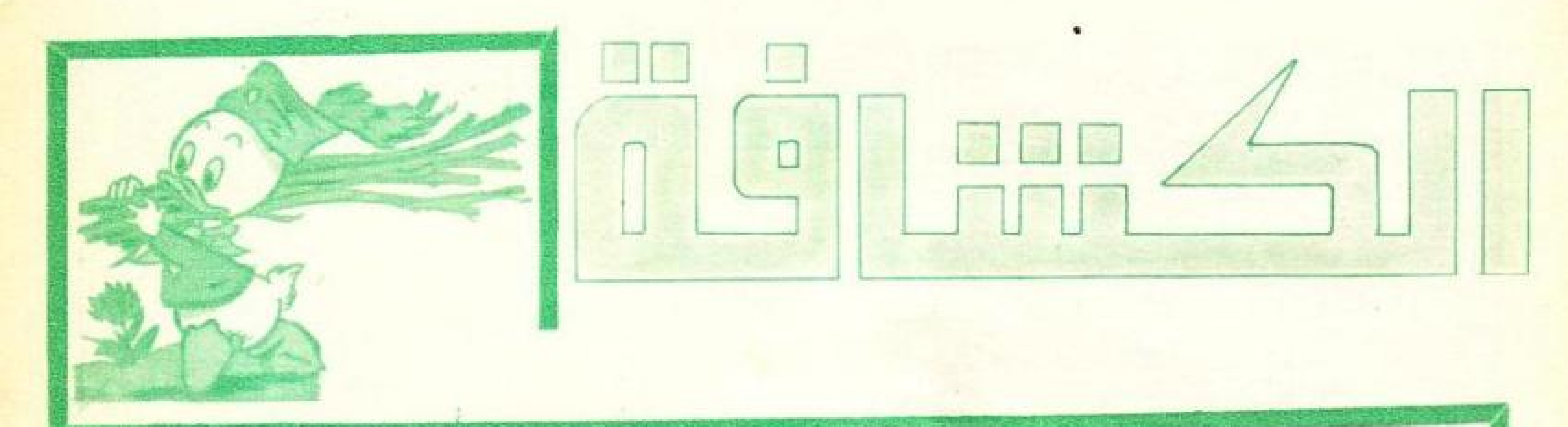








للمراسلة : جميل فؤاد دعنه - عمان - جسر الحمام - محل البان الحرية عمان - الاردن







كيف ترسل وثيقة ، من الضرورى عدم ثنيها ، اذا كان حجمها اكبر من حجم الظرف العادى ؟

اليك ما يجب عمله : احضر ظرفين ، ادخل الوثيقة فى الظرف الاول . سيبقى جزء منها خارج الظرف .. ادخل هذا الجزء فى الظرف الثانى واجعل الاجزاء التى بها الصمغ (خلف خلاف)

الرسم :

١ – الوثيقة
٢ – الاظرف
٣ – الجزء المصمغ
٤ – الجزء المصمغ
٥ – المنظر النهائى للظرف

إسعاف الحيوان الجريح ..

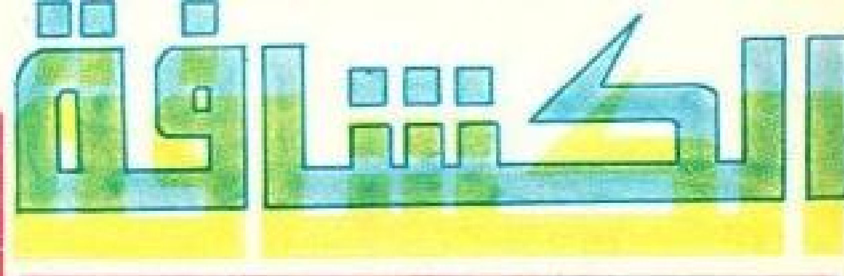
كثيرا ما يحدث ان ترى عصفورا يحاول الطيران ويجد نفسه فى المحاولة دون جدوى .. والسبب هو اصابته بكسر فى جناحه او فى ساقه نتيجة حادث ما . ومن واجبك فى هذه الحالة العناية بعلاج العصفور ومحاولة انقاذه .

ويمكنك تثبيت الكسر بين قطعتين صغيرتين من الخشب لتسهل شفاء العصفور ، وكثيرا ما تكون الاصابة بسبب رش بندقية صياد عديم الرحمة والشفقة فعليك فى هذه الحالة ازالة الرش من الجرح بمنتهى الرقة ثم تطهيره بقطعة قطن مبللة أوكسيجين ، واذكر دائما انك تعالج عصفورا ضعيفا ولذا يجب ان تكون لمساتك كلها فى منتهى الرقة والحنان ، وبعد تطهير الجرح ثبت العضو المكسور بين قطعتين من الخشب واربطهما « ربطا خفيفا » بالخيط .

واذا كنت تملك كلبا او قطة فيمكن لاى منهما ان يصاب فى حادث ما ويجب ان تعرف ماذا يمكنك عمله لحين وصول الطبيب البيطرى الذى يجب طلبه لعلاج الحيوان المصاب .

قص الفرو الذى يحيط بالجرح . طهر الجرح ونظفه بقطعة مبللة بماء اوكسيجين او ما اشبه . اذا كان الجرح سطحيا فيمكنك ذره بمسحوق اليوريك وقد لا يحتاج الامر لاكثر من ذلك ويتم الشفاء بسرعة اما اذا كان الجرح عميقا فلا بد من علاجه على يد الطبيب البيطرى .

اذا وجدت ان الحيوان ظل دون حركة بعد اصابته فعليك وضعه برفق على بطانية وعندما يفيق فلا تناوله ابدا اى اكل او اى شئ يشربه حتى يراه الطبيب . فقط ضع بجانبه مخدة صغيرة وهو من نفسه سيستعملها اذا شعر بالحاجة اليها فهو يعرف بالغريزة ان وضع رأسه على المخدة سيجعل تنفسه أسهل .. ولا يحتاج لمن يقول له ذلك !



أبطال الطيران

نقدم لك هنا بعض الأمثلة لتتعرف على السرعة التقريبية لطيران بعض الطيور

١- ابو زريق	٣٠ كيلومتر في الساعة
٢- النورس	٦٠ " "
٣- البومة	٦٥ " "
٤- الزرزور	٨٠ " "
٥- الأوز الكندي	١١٠ " "
٦- العصفور الطنان	١٠٠ " "
٧- النسر الملكي	١٦٠ " "
٨- الصقر	١٦٠ " "

أبطال العدو

[illegible]

١- [illegible]	[illegible] كيلومتر في الساعة
٢- [illegible]	[illegible]
٣- [illegible]	[illegible]
٤- [illegible]	[illegible]
٥- [illegible]	[illegible]
٦- [illegible]	[illegible]
٧- [illegible]	[illegible] كيلومتر في الساعة
٨- [illegible]	[illegible]
٩- [illegible]	[illegible]

إطالة عمر الزهور..

من المناظر المؤسفة منظر فازة الورد وقد اسرع الذبول الى مافيها من ازهار . صحيح ان الزهور ستذبل حتما في النهاية مهما كانت مهارتك في العناية بها لكن بعمل بسيط يمكنك اطالة عمرها .

١ – ضع في الفازة قطعة فحم نباتي او قليلا من الكافور او قرص اسبرين واذا لم تجد فضع قطعة سكر او قليلا من الملح !

٢ – عندما تلاحظ ان الزهور بدأت تذبل اغمرها في الماء الدافيء لمدة ساعة

٣ – غير ماء الفازة يوميا مع قطع سنتيمتر واحد من نهاية ساق كل زهرة

٤ – غط الفازة والزهور كل مساء بورق الجرائد .

– اضف الى معلوماتك ان الازهار تحتمل السفر بشكل افضل اذا كانت محفوظة في ورق داخل علبة من الكرتون



التفاهم بالاشارة

من الممتع ان تتعرف على طريقة التفاهم بالاشارة التي يستعملها الهنود الحمر .. ومن الممتع اكثر ان تفعل مثلهم بعد ان تعرف جيدا معنى كل اشارة يكون التفاهم واضحا .. !

الاستماع

جبان



أنت





هندي

أنا





ركوب الخيل

اذهب









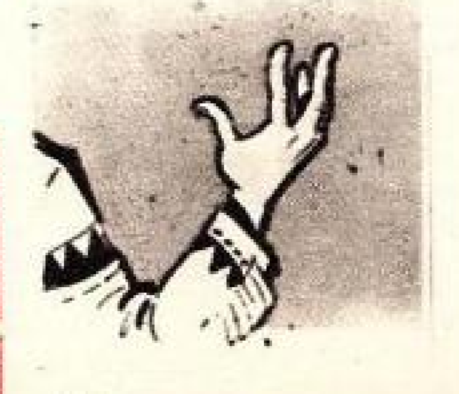


الجميع

رجل



النوم



نار

عصفور (طائر)





القتال

المشاهدة





العمل

القيمة الحرارية لكل مائة جرام من الغذاء

مواد نشوية
خبز = ٢٣٦ سعرا
فطائر = ٢٧٧ سعرا
ارز = ٣٦٢ سعرا
بسكويت = ٤١١ سعرا

لحوم
كندوز = ٢١٨ سعرا
بتلو = ٩٤ سعرا
كتاكيت = ٢٠٠ سعر
فراخ = ٣٠٢ سعرا
ارانب = ١٧٩ سعرا

اسماك
مرجان = ٨٢ سعرا
صول = ٨٤ سعرا
سردين = ١١٥ سعرا
سلمون = ١٤٣ سعرا
تونا = ١٩٨ سعرا

لبن وجبن
لبن بقرى = ٦٥ سعرا
جبن فريش = ٣٦٢ سعرا
جبن ابيض = ٣٧٥ سعرا

خضراوات
باذنجان = ٢٤ سعرا
قرنبيط = ٢٥ سعرا
خرشوف = ٢٧ سعرا
كوسة = ١٨ سعرا
فاصوليا = ٣٥ سعرا
بطاطس = ٨٣ سعرا

فواكه
برتقال = ٤٥ سعرا
مشمش = ٥١ سعرا
يوسفى = ٤٤ سعرا
تفاح = ٥٨ سعرا
بطيخ = ٢٠ سعرا
كمثرى = ٦٣ سعرا
خوخ = ٤٦ سعرا
عنب = ٦٦ سعرا
عين جمل = ٦٤٦ سعرا

دهون
زبد = ٧١٦ سعرا
زيت زيتون = ٨٩١ سعرا

بيض
بيضة واحدة = ٨١ سعرا

بقول
عدس = ٣٣٧ سعرا
فاصوليا بيضاء = ٣٣٨ سعرا
حمص = ٣٢٠ سعرا

الكشافة

الاحتياجات اليومية من السعرات تبعا للسن :

السن	السعرات
طفل عمره سنتان	١٠٠٠
طفل عمره ٦ سنوات	١٤٠٠
صبى عمره ١٠ سنوات	٢٠٠٠
فتى عمره ١٥ سنه	٣٢٠٠
شاب عمره ٢٠ سنه	٣٥٠٠
رجل	٣٠٠٠
سيده	٢٢٠٠
شخص بين ٦٥ و ٧٠ سنة	من ٢٠٠٠ إلى ٢٥٠٠
شخص سنه من ٧٠ فما فوق	من ١٨٠٠ إلى ٢٢٠٠

جدول شامل للفيتامينات

فيتامين	الاغذية المحتوية علية	فوائده
ا A	الجبن ، الزبد ، زيت كبد السمك والخضراوات	يساعد على النمو ويحمى الاغشية المخاطية
ب ١ B 1	الكبد ، والضراوات ، الخميرة واجنه القمح والارز	يسهل التمثيل الغذائى للدهنيات والسكريات ويحمى الجهاز العصبى
ب ٢ B 2	البيض ، الكبد والخميره	يساعد على بناء الخلايا
ب ٦ B 6	الالبان ، واللحوم ، الخميرة ، واجنة القمح	يساعد على الاسراع فى التمثيل الغذائى للمواد البروتينية
ب ١٢ B 12	الكبد ، الكلاوى ، القلب والقشريات	يساعد على النمو وتكوين الدم ويحمى الاعصاب والعضلات
ب ج B C	جميع اللحوم والمواد النباتية	يسهل تكوين البروتين
P.P.	الكبد الكلاوى اللحوم الصغيرة	يساعد التمثيل الغذائى للدهنيات والسكريات
هـ H	اللحوم والخضراوات	يسرع عملية تجديد البروتين
حمض البانتوثنيك	كل المواد الغذائية	يساعد نشاط الخلايا ، يحمى من العدوى ، يحمى الغدد فوق الكلية
ج C	الموالح ، الفلفل الاخضر والخضراوات	ينشط تجدد الخلايا والغدة فوق الكلية ويحمى الاوعية الدموية
د D	زيت كبد الحوت . ويتكون فى الاجزاء المعرضة للشمس من جلد الجسم	يثبت كالسيوم وفوسفور العظام
E	الخضراوات الطازجة والزيوت النباتية	يسهل العمليات الكيميائية للخلايا
ك K	الخضراوات والزيوت النباتية	يساعد على تجلط الدم

عبقرينو والأولاد فى قصة كاملة

السباق الرهيب!

سيارة ممتازة !

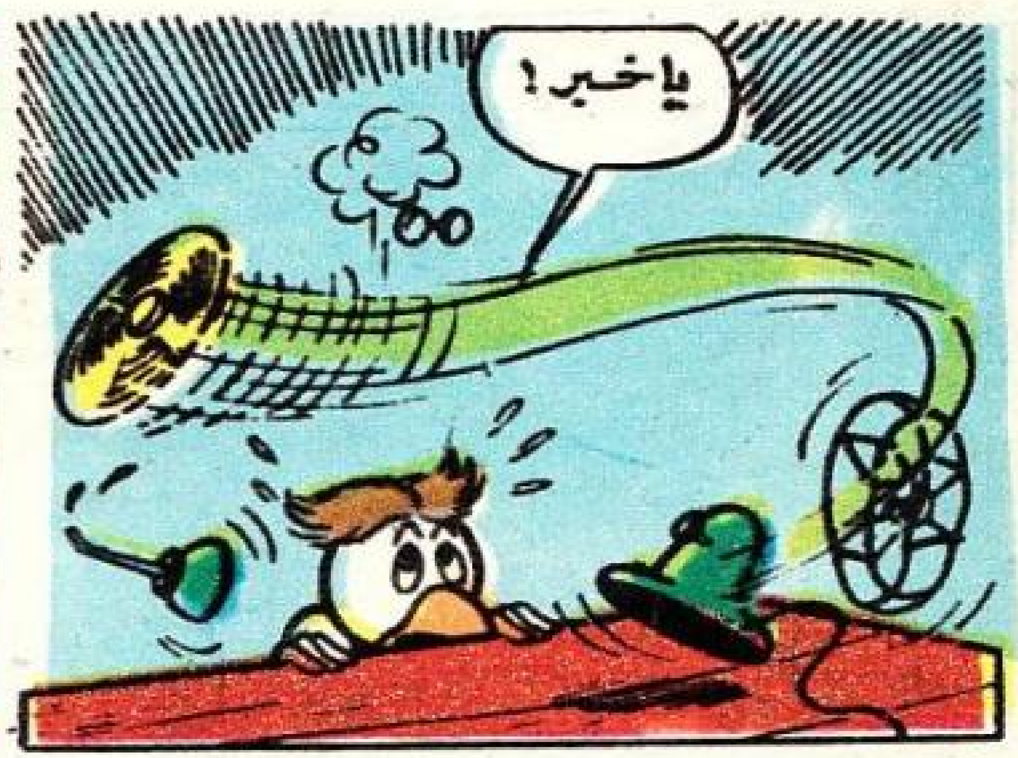






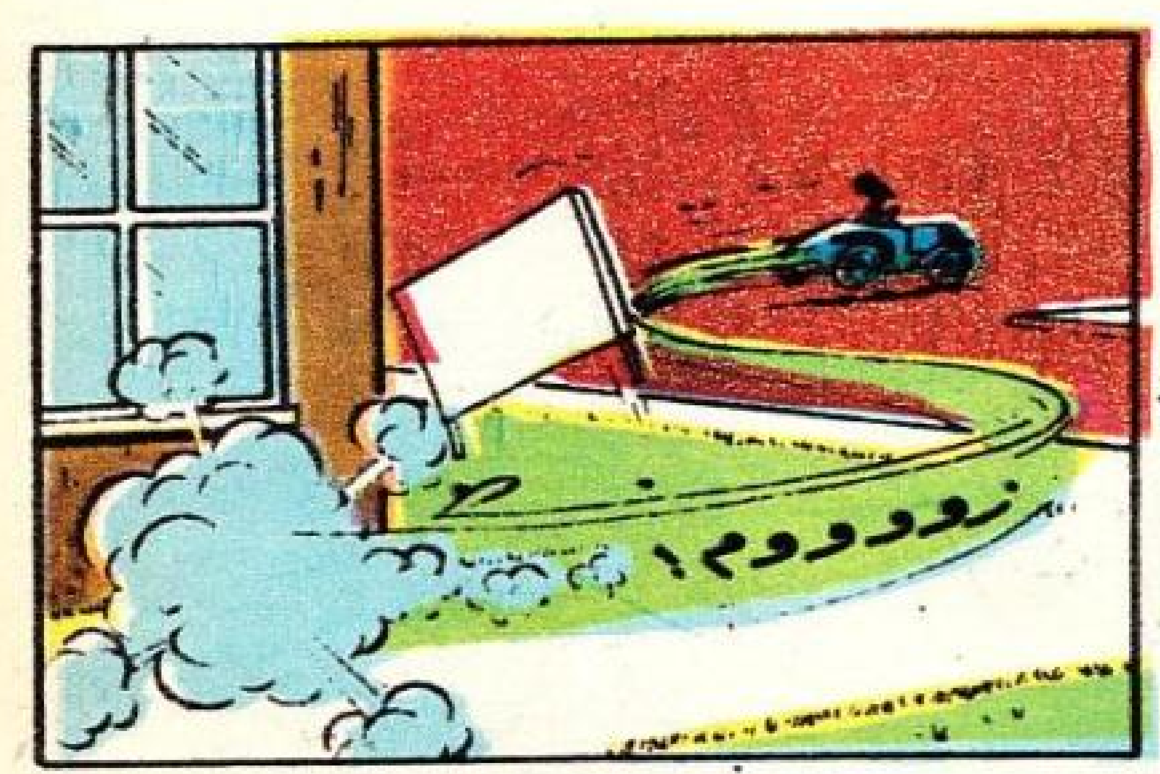


للمراسلة : بهاء على المنسى - القاهرة - شبرا - ٣٠ ش جزيرة بدران " ١٧ سنة "













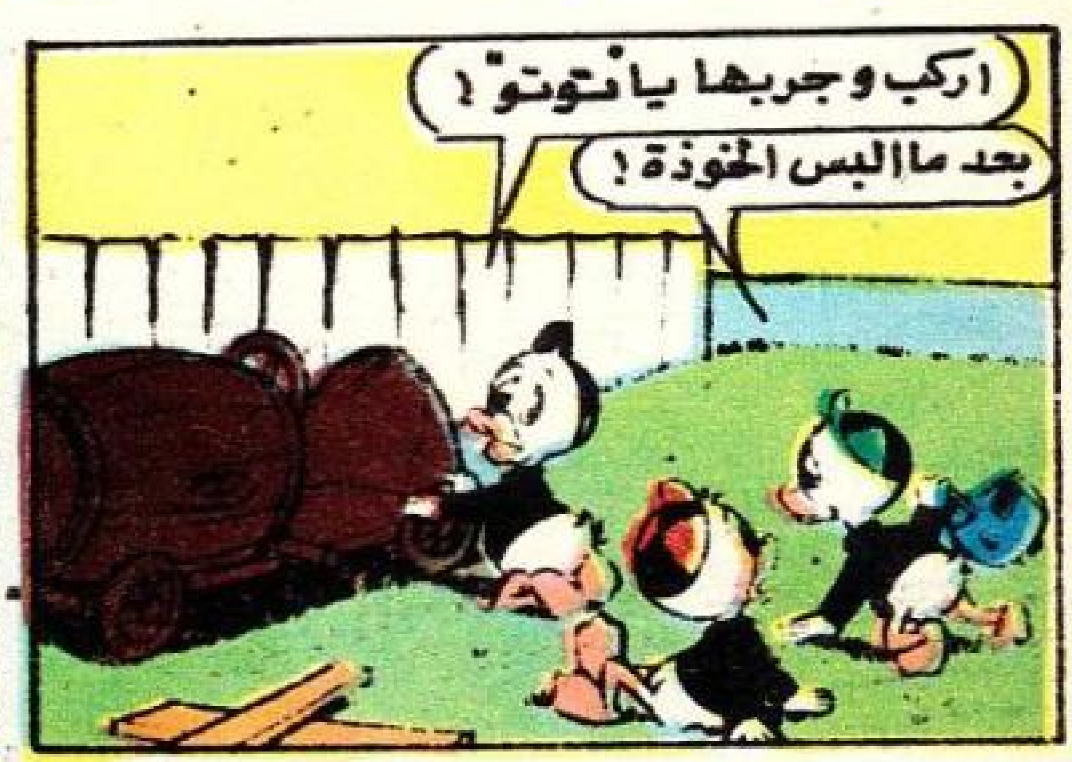





أمين محمد لبيب – من أصدقاء ميكى


















اشرف محمد لبيب ـ من اصدقاء ميكي















للمراسلة : ميلاد احمد قدور ـ طرابلس ـ ليبيا ـ سوق المشير رقم٤٤ ، المدرسة القرانية المركزية

















المراسلة : مختار ابو عجيلة محمد طرابلس ـ ليبيا ـ ... ـ ...سيرقم ٤٤ المدرسة القرآنية المركزية

سيارة ممتازة!
هايلة!









للمراسلة : عبد الحميد الصادق ـ طرابلس ـ ليبيا ـ سوق المشير رقم ٤٤ المدرسة القرآنية المركزية









ياه !!

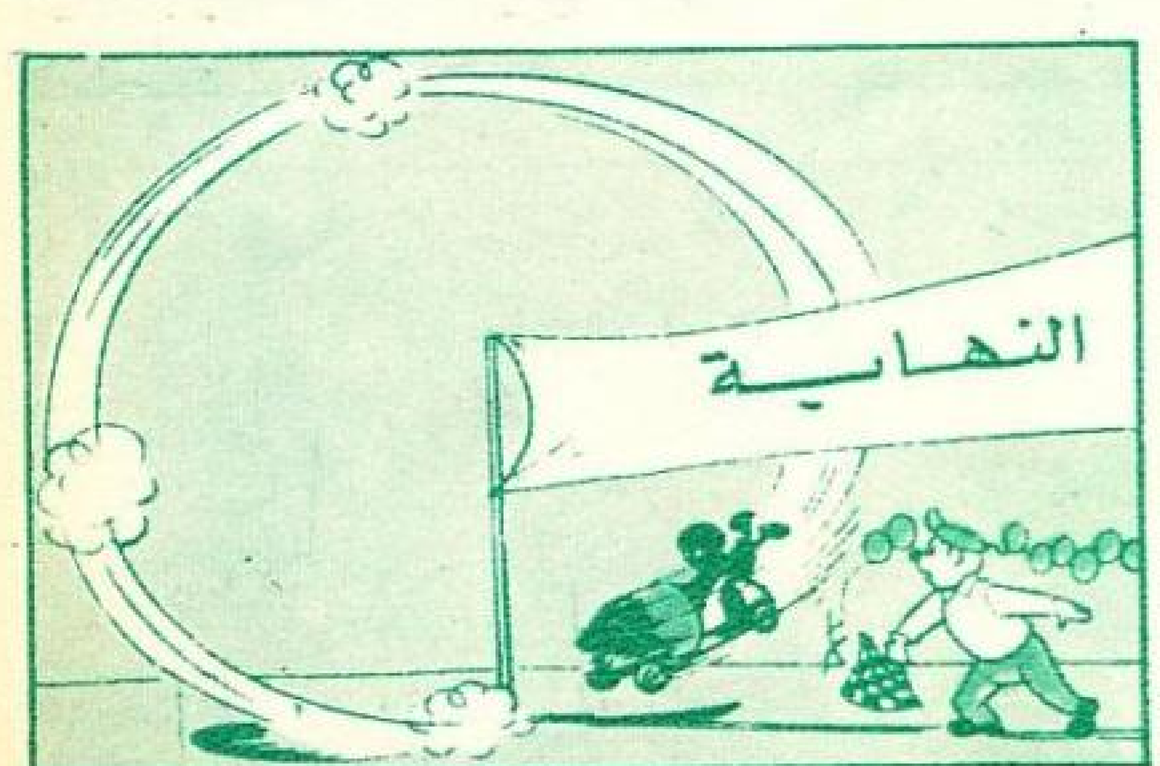
مش ممكن تكون دى السيارة اللى أنا عاملها !!

دى مش سيارة .. دى صاروخ !!



















حلّ الفوازير : الهواء - الشمعة - الساعة .


حل الكلمات المتقاطعة

















حل لغز الولاعة :

لقد لاحظ المفتش ان كرسى الشاطىء الذى يجلس عليـــه الشخص الذى بجواره قد انتقل من مكانه كما أن مسند الظهر قد انتقل من العلامـــة الاولى الى العلامة الثانيـــة وهـــذا دليل على أن الرجل لم يكن نائما منذ ساعة كما ادعى وعلى هذا فهو يكذب وقد اكتشف وجود الولاعة بعد قيام المفتش واخذها

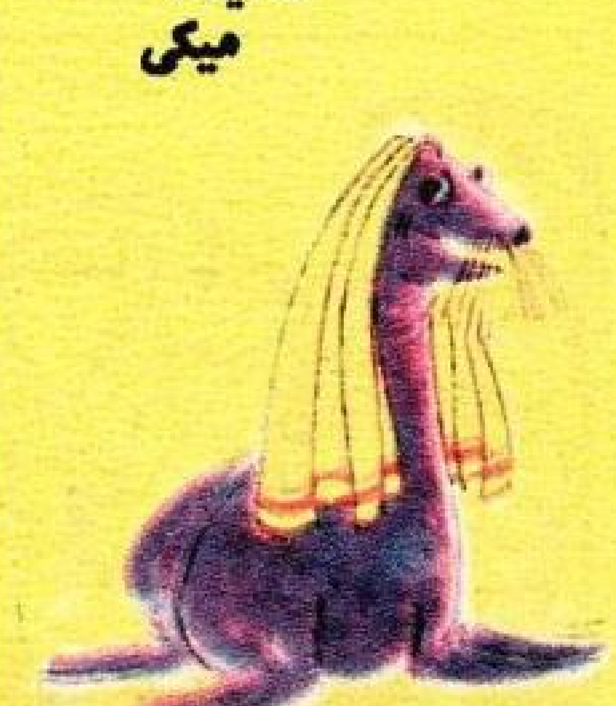
عالم السباحة

الى كلَ هاو ..
الى كل هاوية ..
الى كل من يريد ان يستمتع باجازة صيف ، يقدم ميكى ابتداء من هذا العدد دروسا تعليمية موضحة بالصور والرسوم للسباحة ..

وعالم السباحة فيه متع كثيرة .. انه فى البداية عالم جديد مجهول ، واكتشاف هذا العالم سهل ورائع .. سوف تشعر بالسعادة عندما تعرف كيف تحرك يديك وقدميك .. وكيف تقهر الماء وتطفو على سطحه ، وفى اى مكان تستطيع ان تتعلم السباحة .. تستطيع ذلك فى حمام السباحة او فى البحر او حتى فى البحيرة .

والسباحة تهيىء الانسان لممارسة عدة رياضات اخرى مثل التجديف واليخوت والانزلاق على الماء ، والصيد فى الاعماق والغطس .

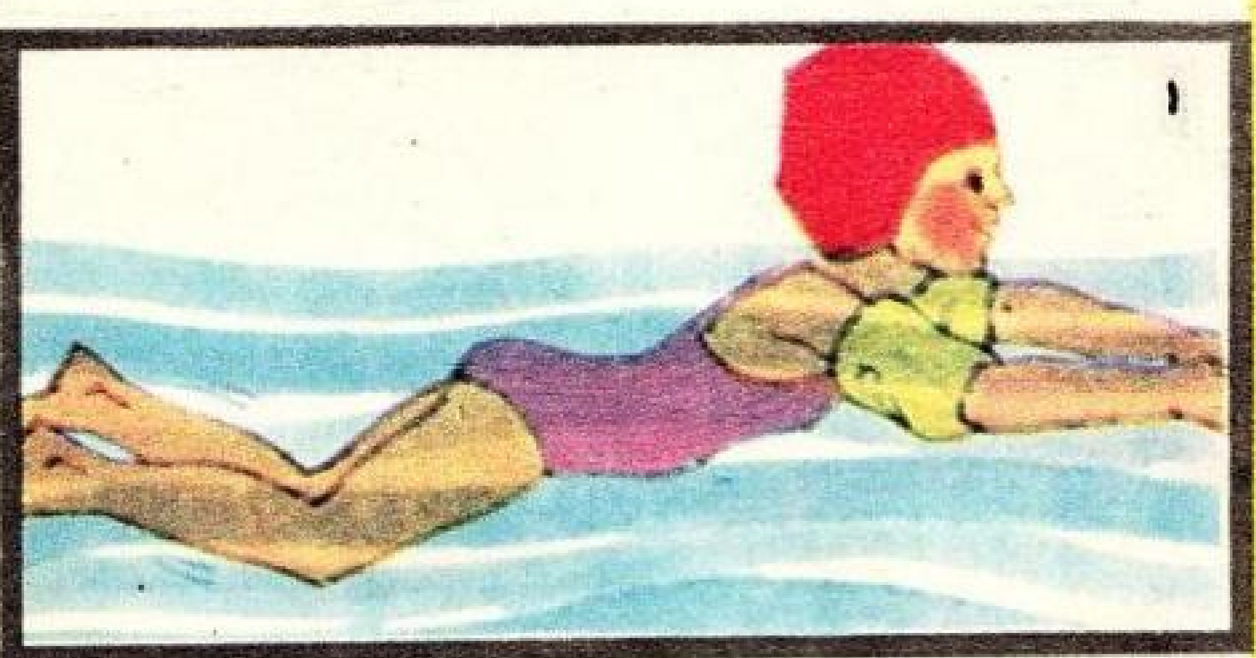
صديقك
ميكى



كيف تصبح

١ ـ اجعل جسمك مسطحا وافقيا قدر الامكان .. ثم حرك قدميك بهدوء بحيث ترتفع احداها عندما تنخفض الاخرى ، وحرك ذراعيك ليساعدانك على حركة جسمك للامام .

٢ ـ قف حتى يغطى الماء كتفيك وجزءا من ذقنك ، ثم خذ نفسا عميقا ، واكتمه لمدة ٥ ثوان بعد ان تغلق فمك .. المهم الا تتنفس من انفك مهما حدث .



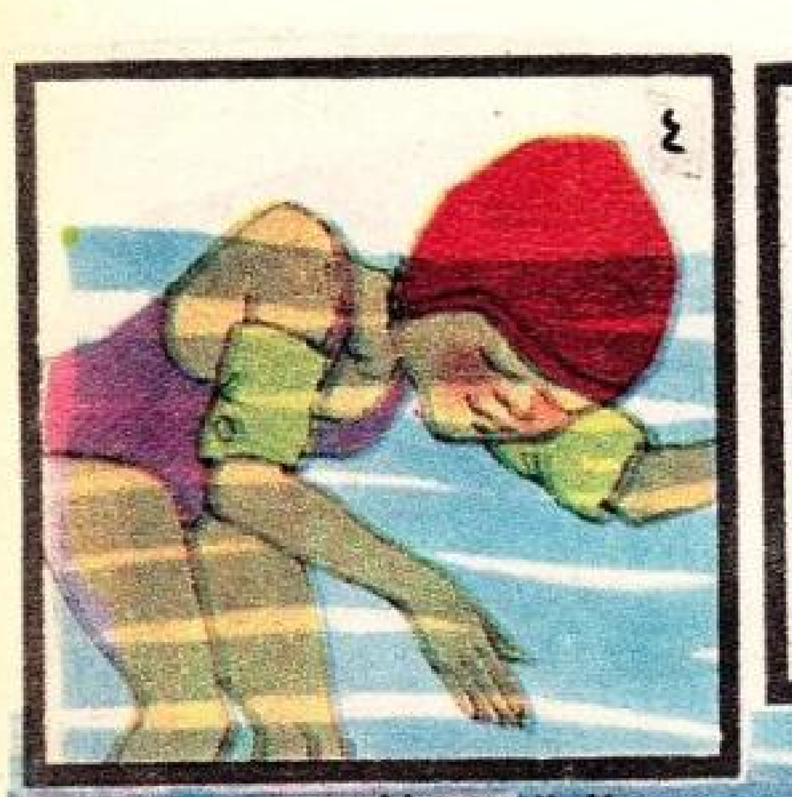
٥ ـ حركات يديك اجعلها لاسفل وللخلف مع استمرار ضغطهما على الماء .. اما حركات القدمين فهى الحركات التبادلية .. ويمكنك ان تستخدم ضربات الرجلين التى تشبه حركات رجل راكب الدراجة .. اثناء حركة اليدين والرجلين انزل بوجهك فى الماء ، ثم ادفعه الى السطح ، وخذ نفسا واكتمه ثم انزل بوجهك ثانية فى الماء .. وهكذا .





٧ ـ غير وضعك خلال السباحة من الظهر الى الصدر ، واد حركات مختلفة مع تحريك القدمين بهدوء ، والتنفس على سطح الماء .. ثم انزال الوجه فى الماء مع تحريك اليدين والقدمين .

...سمكة في الماء ؟!







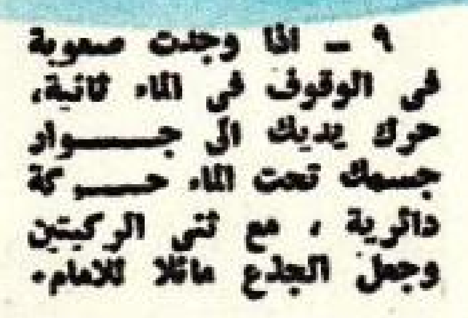
٤ – خذ نفسا واغطس برأسك تحت الماء .. ان الماء دافئ

٥ – [illegible] النفس وكرر [illegible] النفس [illegible] حتى تصل الى ١٠ ثوان .

٦ – يمكنك ان تسبح على ظهرك ، وذلك بان ترخي جسمك في الماء ليدفعك الى أعلى ، مع تحريك يديك وقدميك بهدوء .

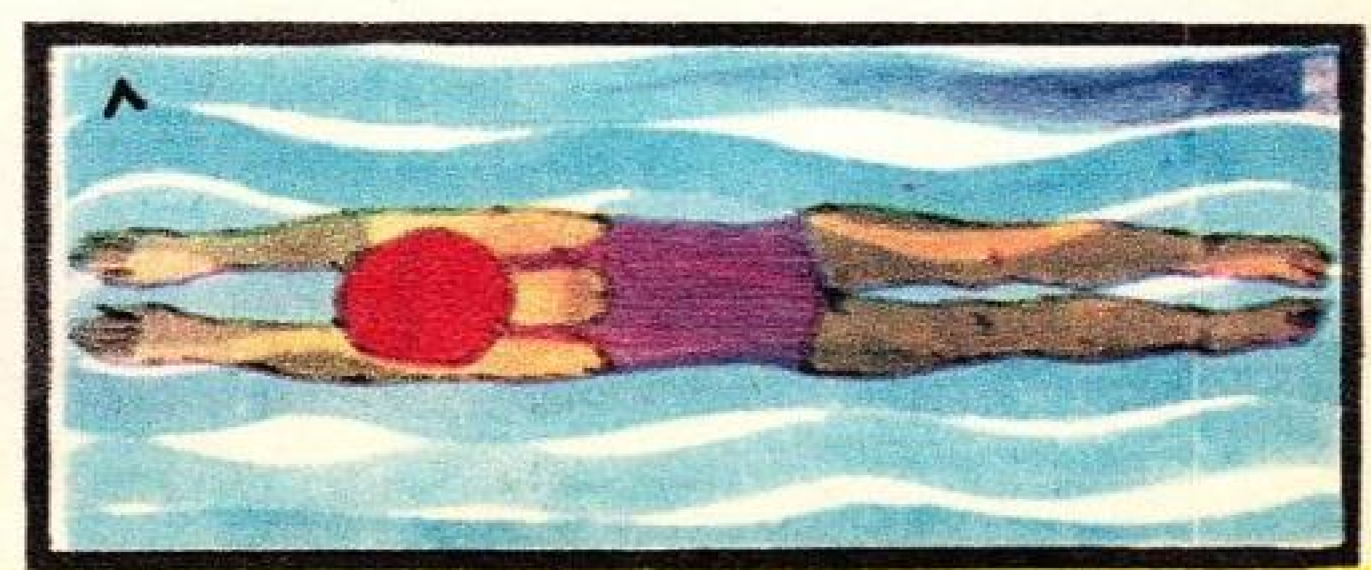


٩ – اذا وجدت صعوبة في الوقوف في الماء ثانية ، حرك يديك الى جوار جسمك تحت الماء حركة دائرية ، مع ثني الركبتين وجعل الجذع مائلا للامام .



٨ – لتدفع جسمك في الماء شد جسمك بعد ان تغطي اذنيك بواسطة يديك وادفع جسمك للامام بحركة جانبية .

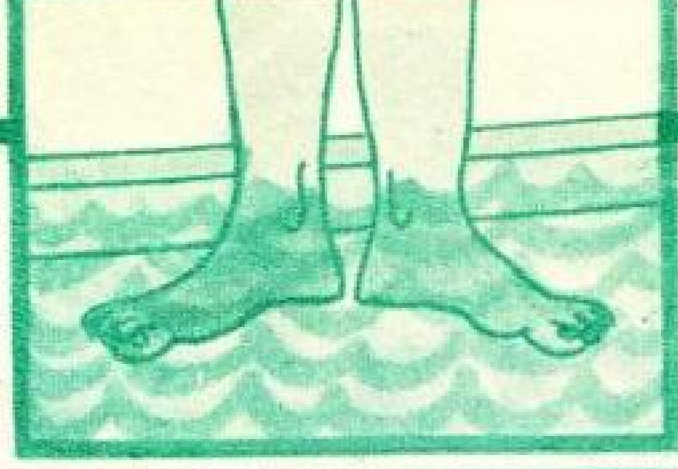




عالم السباحة

من أجل صحتك

على كل سباح أن يحافظ على هذه القواعد الصحية .. خاصة في حمامات السباحة :



١ - اغسل قدميك قبل السباحة



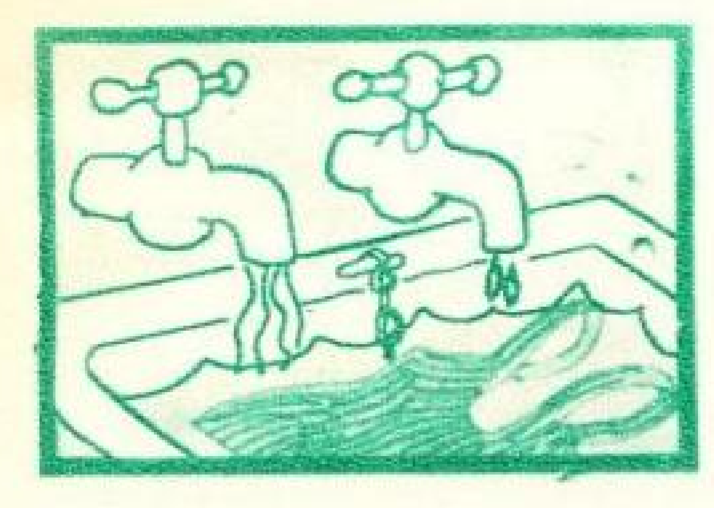
٢ - تأكد من نظافة انفك ، واحرص على ان تتوجه الى دورة المياه .



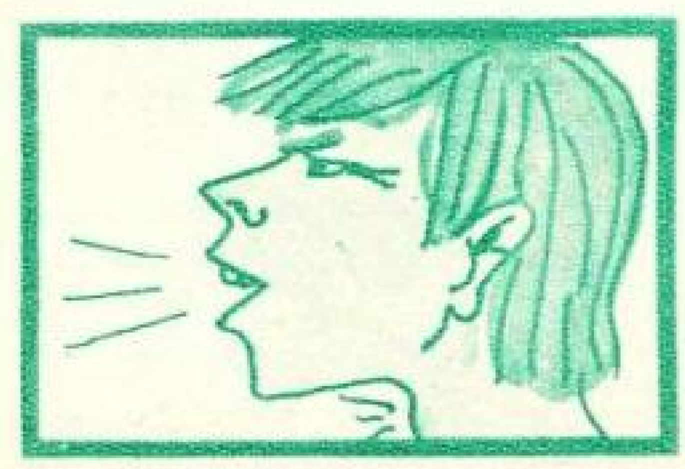
٣ - لا تتناول الحلوى أو الشيكولاتة داخل منطقة الحمام حرصا على نظافته



٤ - من الافضل ان تأخذ « دشا » قبل وبعد الحمام



٥ - بعد الانتهاء من السباحة اغسل المايوه الخاص بك بماء نظيف



٦ - اذا كنت مصابا بالبرد ، أو بأى مرض ، فأجل السباحة حتى تشفى .



في حمام السباحة

١ – تعرف اولا على الجزء العميق من الحمام والجزء غير العميق

٢ – لا تجر بين حجيرات خلع الملابس أو على حافة الحمام ، فالارض تكون مبللة والزحلقة سهلة .

٣ – لا تدفع زميلا لك من على حافة الحمام او من على المنط

٤ – قبل ان تقفز من فوق « المنط » تأكد من عدم وجود سباحين آخرين تحت المنط

مفاتيح الأمان

فى أى مكان تختار لتعلم السباحة فانه يجب أن تكون فى يديك مفاتيح الامان والسلامة ..

في البحر

لا تقفز اذا لم يكن عمق الماء كافيا ولا تقفز فى المناطق الصخرية حتى لا تصاب بجروح او كدمات .. السباحة فى البحر أسهل أنواع السباحة ، لان ماء البحر يجعلك تطفو ، والموج سوف يحملك الى الشاطىء .. لكن لا تنس ان هذا الموج خطير في بعض الاحيان ، ومن الافضل الا تبقى كثيرا فى الماء البارد والا تسبح منفردا بعيدا عن الشاطىء .. ويجب عليك أن تتبع الارشادات المكتوبة على الرايات واللافتات واحترس من الزحلقة واحذر ان تسترخ على مرتبة البحر وتستسلم للنوم ، فقد يجذبك التيار الى الداخل .. ولكن احرص على ان تسير فى خط موازٍ للشاطىء .





- إنت لازم نجحت فى شهادة كبيرة قوى
علشان باباك يجيب لك الساعة دى !!





- ياداده - إندهى لماما تزعق لى أحسن تعبت من اللعب!



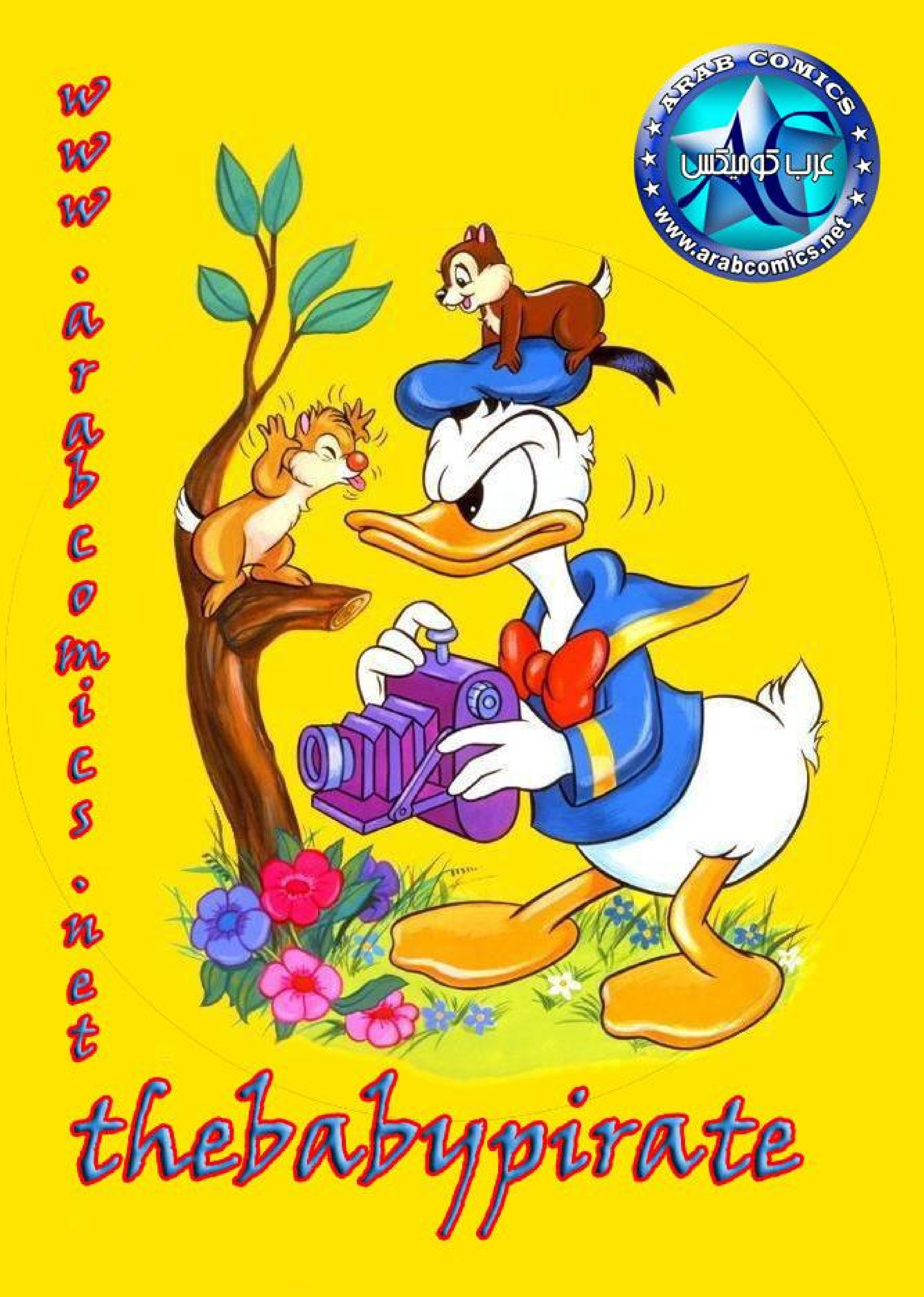
لأ .. أنا عاوز تذكرة من ١٠ إلى ٩



- يا سلام لو يمتحنونا فى المواد اللى بناخدها فى الأجازة !؟



- أهو دلوقت مافضليش على اليونان غير ألف كيلو بس !!


ARAB COMICS
عرب كوميكس
www.arabcomics.net
www.arabcomics.net
thebabypirate